

Конспект уроку: «Мистецтво розуміти: Спілкування як ключ до успіху»

7 клас. Урок психологія. Вчитель Ольга Дмитришин

Формат: Комунікативний хаб (урок-практикум).

Обладнання: 3 столи з ватманами (зони), стікери, кольорові маркери, пісочний годинник, картки-ситуації.

Хід уроку

### 1. Запуск «Комунікативного поля» (0–5 хв)

Урок починається не за партами, а в колі.

- Дія: Вправа «Комплімент по колу». Кожен каже сусіду щире: «Мені подобається в тобі те, що...».
- Інновація: Вчитель фіксує увагу на *невербалиці*: «Ви помітили, як змінилися ваші пози та вираз обличчя, коли ви почули приємне? Ми щойно створили безпечне поле для роботи».

### 2. Провокація та Формула Меграбяна (5–12 хв)

Вчитель просить учнів «прочитати» повідомлення на екрані: «Я ніколи не казав, що він вкрав мої гроші».

- Завдання: Прочитайте цю фразу 5 разів, щоразу роблячи акцент на іншому слові. (Змінюється сенс: від заперечення крадіжки до натяку на іншу людину).
- Висновок через візуалізацію: Демонструється формула Меграбяна. Учні усвідомлюють: слова — це лише верхівка айсберга (7%).

### 3. Робота в Хабі: «Світове кафе» (12–27 хв)

Клас ділиться на 3 групи (зони). Кожна група має 5 хвилин на створення Mind Map своєї теми.

- Зона 1: «Вербаліка» (Слова, темп, паузи).
- Зона 2: «Невербаліка» (Міміка, жести, простір).
- Зона 3: «Бар'єри» (Емоції, шум, стереотипи).

Ротація (Інноваційний хід): Через 5 хвилин групи переходять до сусіднього столу. Вони не малюють своє, а *доповнюють* або *коригують* роботу попередників іншим кольором маркера. Це вчить взаємодії та критичному мисленню.

#### 4. Тренінг-інтенсив: «Майстерність слухання» (27–40 хв)

Практичне відпрацювання технік активного слухання у парах «Спікер — Слухач».

- Гра «Зіпсований телефон 2.0»: Один учень показує ситуацію без слів, інший має «віддзеркалити» його емоцію фразою: «Ти виглядаєш засмученим, бо...».
- Відпрацювання технік: Спікер розповідає про мрію, а Слухач має застосувати 3 інструменти:
  1. Угу-кання (підтримка контакту).
  2. Перефразування («Якщо я правильно зрозумів...»).
  3. Віддзеркалення («Я відчуваю, що це важливо для тебе»).

#### 5. Вихід із Хабу: «Резонанс» (40–45 хв)

Замість висновків вчителя — саморефлексія.

- Дія: Кожен учень отримує стікер («Квиток на вихід»).
- Завдання: Написати одну навичку, яку він візьме з собою в «реальне життя».
- Фінал: Стікери ліпляться на двері класу, створюючи «Стіну порозуміння».